

## Et grimt ansigt?

Den amerikanske psykolog Catherine Philips hævder, at en af de psykologiske lidelser, som i vore dage både er mest udbredt og mest ukendt, er en lidelse, der på engelsk kaldes *body dysmorphic disorder* (forkortet BDD). Betegnelsen henviser til mennesker, som lider under en pinefuld oplevelse af, at der er noget forfærdelig grimt ved deres egen krop – som regel ved deres ansigt – så de næsten ikke kan være bekendt at vise sig sammen med andre. Mennesker med BDD kan fx være overbevist om, at deres næse er så stor og skæv, at det vil virke enormt frastødende på alle, der ser dem – på trods

af, at alle, der ser dem, er enige om, at næsen er helt normal og hverken udpræget stor eller skæv. Andre med BDD kan lide af en lige så urimelig opfattelse af, at deres hud er fuld af væmmelige pletter og knolde – igen på trods af, at *andre* finder deres hud helt almindelig glat og pæn. De fleste, der lider af BDD, har sådanne vrangforestillinger om detaljer i deres ansigt, mens andre mener, at det er deres krop, der af en eller anden grund er afskyelig i andres øjne, selv om ingen andre er enige i deres urimelige negative selvopfattelse.

BDD er ikke blot et kuriøst problem – hvordan kan de pågældende dog have fået disse besynderlige og urimelige indbilledninger vedrørende deres egen "grimhed"? Det er også og mere alvorligt en kilde til psykisk lidelse og væsentlig nedsat livskvalitet. Ikke blot er det en forstyrrelse, der medfører angst og nedtrykthed, når personen med BDD ved ethvert møde med andre føler sig forpint over sit udseende. Det værste ved denne ejendommelige lidelse er næsten, at den kan bevirke, at personer med BDD afholder sig fra at deltage i samvær med andre og derfor ikke alene bliver væk fra fester og sammenkomster, men også fra uddannelse og arbejde, hvilket jo kan få meget alvorlige konsekvenser for de pågældendes fremtid. Det har da også vist sig, at der på længere sigt er betydelig risiko for, at BDD kan medføre svære depressioner, alkoholisme og endog selvmord.

Man ved ikke ret meget om årsagerne til, at nogle mennesker udvikler denne sære overbevisning om at være så grimme, at de bør holde sig væk fra samvær med andre, men nu har en engelsk forskergruppe kastet nyt lys over lidelsen, som forhåbentlig vil blive bedre forstået og afhjulpet i fremtiden.

De engelske forskere stillede sig på forhånd det spørgsmål, om mennesker med "indbildt grimhed" (BDD) mest tror på, at *andre* finder dem meget grimmere end flertallet, eller om de pågældende mere *selv* synes, at de er så forfærdelig grimme uden måske egentlig at tro på, at andre også synes det.

For at finde ud af dette bad forskerne en gruppe på 72 yngre mennesker, der alle led af karakteristisk BDD, samt en kontrolgruppe med samme alders- og kønsfordeling, men uden tegn på BDD, om at udfylde fire små spørgeskemaer, der omhandlede fire temaer:

1. Deres eget fysiske udseende, som det fremtrådte i deres egne øjne. 2. Hvordan de ønskede, at deres eget udseende skulle være. 3. Hvordan deres bedste ven vil beskrive deres fysiske

udseende. 4. Hvordan deres bedste ven ville ønske de så ud.

Besvarelsen af disse spørgeskemaer gav forskerne mulighed for at afgøre, om personer med BDD mest led af ekstrem utilfredshed med deres eget udseende – hvilket vil være tilfældet, hvis der var særlig stor forskel på, hvordan de bedømte deres faktisk udseende, og hvordan de beskrev deres "ideelle" udseende – eller om personer med BDD mere lider under en overbevisning om, at andre finder dem utålelig grimme – hvilket ville fremgå af, at der var særlig stor forskel på den måde, de troede deres ven betragtede deres reelle udseende og det udseende, de troede at deres ven ville ønske de havde. I sidstnævnte tilfælde ligger problemet med BDD altså i forventningen om, at andre ville ønske, de ikke var så grimme, mens det i førstnævnte tilfælde mere handler om, at de selv ville ønske, at de ikke var så grimme (i deres egne øjne).

Resultatet var ganske klart, idet det viste sig, at de unge med BDD ikke i særlig grad troede, at deres ven ville ønske, at deres udseende var væsentlig forskelligt fra den måde, de mente deres ven beskrev deres faktisk udseende. Hvad denne opfattelse af andres vurdering af deres udseende angår, var der ikke den store forskel på BDD-gruppen og kontrolgruppen uden BDD. Det var der til gengæld, når man så på afstanden mellem den måde personer med BDD beskrev deres "faktiske udseende", og så hvordan de ønskede at deres udseende skulle være. På dette punkt adskilte BDD-gruppen sig kolossalt fra kontrolgruppen, der ikke havde nær så stærke ønsker om at se helt anderledes smukke ud!

Forskerne mente derfor, at personer med BDD snarere lider af urimelig høje indre "standarder" for et godt udseende, end de egentlig lider af frygt for andres bedømmelse og afvisning – selv om det ofte er det, de taler mest om, når man snakker med dem om deres lidelser.

Det næste spørgsmål bliver så at finde ud af, hvorfor nogle unge mennesker udvikler så ekstremt høje indre standarder for et godt udseende, at de uvægerlig kommer helt til kort over for disse krav, og dermed bliver konstant utilfredse med deres udseende og uvillige til samvær med andre.

tn

*Kilde:* Veale, D., Kinderman, P., Riley, S. & Lambrou, C. (2003). Self-discrepancy in body dysmorphic disorder. *British Journal of Clinical Psychology*, 42. 157-169.